

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang telah diuraikan pada BAB IV, dapat dijabarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan. Adapun simpulan yang diperoleh adalah sebagai berikut:

1. Melihatkan gambaran secara biomekanika menggunakan *software kinovea* dan dapat memunculkan nilai sudut *backswing* dan waktu ayunan pada pukulan jarak jauh cabang olahraga *woodball*.
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sudut *backswing* dengan pukulan jauh pada cabang olahraga *Woodball*.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara waktu ayunan dengan pukulan jauh pada cabang olahraga *Woodball*.

#### **B. Implikasi dan Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian dan temuan selama melaksanakan penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa Ilmu Keolahragaan yang ingin mengetahui dan mendalami cabang olahraga yang bisa dibilang masih baru. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk membuat karya tulis ilmiah dalam bidang pengembangan olahraga.
2. Bagi lembaga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia, pada mata kuliah seperti ilmu kepelatihan, ilmu biomekanika, dan mata kuliah lainnya yang berhubungan dengan cara memberikan latihan lebih mendalami kembali dengan cara turun langsung ke lapangan bersama mahasiswa, Karena dalam bidang ini masih sangat banyak dibutuhkan untuk mendapatkan teknik yang benar.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti khususnya tentang cabang olahraga *woodball*. Masih banyak beberapa hal yang perlu diperbaiki dan dilengkapi. Contohnya pada penelitian ini membahas tentang sudut *backswing* dan waktu ayunan unsur komponen teknik *longstroke* yang dapat mempengaruhi ketepatan hasil

pukulannya. Direkomendasikan untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang kekuatan otot lengan dan tingkat konsentrasi karena komponen tersebut juga dapat menunjang teknik pukulan jauh lebih baik.